# REVISTA GENER 2026

L'Ateneu Divers obrirà les seves portes el **DIMECRES 7 DE GENER** en horari de secretaria

**On trobar-nos?**

**Web:** www.ateneudivers.cat
**Correu electrònic:** ateneudivers@ateneudivers.cat
**Telèfon:** 93 237 27 16
**Local:** Carrer Mossèn Batlle, 5, Local 2, Barcelona

**Horari d'atenció**

Dimarts a dijous
de 17:00 a 19:30

# CONTINGUTS ACTIVITATS

**Editorial** **3**
Per Laura González

**Estrena *"El Petit Príncep"*** **4**

**Activitats obertes a la ciutadania** **5**

**Zumba Inclusiu** **9**

**Espais de benestar** **10**

**Comissions** **13**

**Projecte Activa't** **14**

**Activitats entre setmana** **15**

**Activitats cap de setmana** **17**

**Tallers i cursos** **20**

**Calendari** **22**

# EDITORIAL · GENER 2026

## 35 ANYS… I UN ANY PER CONSTRUIR MILLOR

Autora:
**Laura González**

Aquest gener comencem el 2026 amb una sensació especial: **l'Ateneu Divers fa 35 anys**. I trenta-cinc anys no són només una xifra per celebrar; són una història de persones, famílies, vincles i aprenentatges que ens han portat fins aquí. És memòria i és orgull. Però sobretot, és una invitació clara: mirar endavant.

Perquè aquest 2026 no només serà l'any del 35è aniversari. També serà l'any en què, sense dubte, **la metodologia Sàpiens marcarà un abans i un després** en la nostra manera de pensar i construir l'Ateneu Divers. Sàpiens no és només una eina: és una mirada. Ens ajuda a comprendre millor què fem, per què ho fem i com podem fer-ho millor. I això ho volem fer com cal: amb rigor, amb coherència i amb profunditat.

I sobretot, ho volem fer **amb vosaltres**: amb els socis i sòcies, amb les famílies i amb tota la comunitat que dona sentit a aquest projecte. Implementar Sàpiens, a més, ens demanarà una dedicació important, sovint més enllà de l'horari ordinari. I això ho volem cuidar, perquè els projectes que valen la pena només funcionen si també són sostenibles per les persones que els fan possible. Per tant, desplegarem aquest treball al ritme que ens permeti fer-lo amb qualitat i sense saturar-nos, adaptant-nos a la disponibilitat real de l'equip i a la programació ordinària d'activitats. Això vol dir que, a dia d'avui, no podem donar una programació tancada, però sí un compromís molt clar: quan les dinàmiques arribin a socis i famílies, hi haurà al darrere un treball rigorós i ben construït.

Potser això és precisament el que volem reivindicar aquest any: que avançar no sempre vol dir anar més ràpid. De vegades vol dir **anar millor**. Fer-ho amb cura, amb sentit i amb una base sòlida.

I, mentrestant, us demanem **paciència**: anirem informant puntualment de cada pas i de cada novetat. A més, **en breu us explicarem les activitats més rellevants de celebració del 35è aniversari**, perquè ens agradaria que hi poguéssiu col·laborar i formar part de la seva execució. Perquè si una cosa fa gran l'Ateneu Divers, és això: que el construïm entre tots.

Comencem el 2026 celebrant 35 anys de camí i iniciant una nova etapa amb il·lusió i responsabilitat. **35 anys després, l'Ateneu Divers continua sent un espai viu**, i aquest any ho serà més que mai: celebrant, repensant i avançant junts.

Així doncs, som-hi!!

# ESTRENA

# *El Petit Príncep*

## DISSABTE **31 DE GENER** A LES **17:30H**

**A la porta del Centre Cultural La Farinera del Clot** (Gran via de les Corts Catalanes 837).

## El Grup de Teatre CALIUDOSCOPI puja a l'escenari!

Presenta una revisió de l'obra "*El Petit Príncep*"

Venir al teatre és **donar suport al grup** i **orgull de l'Ateneu!**

**Vine a veure'ls i acompanya'ls.**
Som públic, sí…
però **sobretot som Equip!**

**NO US HO PERDEU!!!**

Cal fer la inscripció a aquesta activitat a la secretaria del centre o al correu electrònic ateneudivers@ateneudivers.cat, les entrades es repartiran per estricte ordre de sol·licitud fins a esgotar existències.

DIJOUS **15 DE GENER** A LES **18:00H**

# DIJOUS CABARET
# +
# ARTISTA CONVIDAT

Al **local de l'Ateneu Divers**

Cal fer la inscripció **abans del 14 de gener** a la secretaria del centre o al correu electrònic ateneudivers@ateneudivers.cat

# DIJOUS MASTERCLASS

## EXPRESSIÓ A TRAVÉS DE LA DANSA

**A càrrec d'Ona Cros**

## DIJOUS **22 DE GENER** A LES **18:00H**

**Al local de l'Ateneu Divers**

Aquest taller és un **espai segur i creatiu.** Aquí pots explorar **el moviment** a través de la **dansa**.

Treballarem el **cos** com una eina per:

- Expressar el que sentim.
- Jugar.
- Sentir-nos lliures.

**VINE A MOURE'T, EXPRESSAR-TE I GAUDIR!**

Ens mourem escoltant les **emocions**.

Farem **exercicis senzills i moviment lliure.**

Descobrirem noves maneres de:

- Comunicar-nos amb el cos.
- Escoltar-nos millor.
- Relacionar-nos amb l'espai i amb les altres persones.

Cal fer la inscripció **abans del 21 de gener** a la secretaria del centre o al correu electrònic ateneudivers@ateneudivers.cat

Cal fer la inscripció **abans del 28 de gener** a la secretaria del centre o al correu electrònic ateneudivers@ateneudivers.cat

# RÀDIO CALIU

## DIJOUS **29 DE GENER** A LES **18:00H**

Al **local de l'Ateneu Divers** i en directe al nostre **canal de YouTube**

# PER FI ÉS DIVENDRES

## DIVENDRES **30 DE GENER** A LES **18:15H**

## CONCERT DE GEMMA I ADRIÀ
## VERSIONS D'AVUI I D'AHIR

Al **local de l'Ateneu Divers** i en directe al nostre **canal de YouTube**

Cal fer la inscripció **abans del 29 de gener** a la secretaria del centre o al correu electrònic ateneudivers@ateneudivers.cat

# ZUMBA INCLUSIU

## DISSABTE **24 DE GENER** A LES **16:30H**

**A fora de la parada FGC Sarrià** (Sortida Cardenal Sentmenat)

**PARTICIPAREM EN LA FESTA MAJOR DE SANT VICENÇ DE SARRIÀ!**

No anem a veure la festa. **Som part de la festa!**

Farem una **classe de ZUMBA oberta a tothom**.

Els socis i sòcies de l'Ateneu **serem els i les tècniques de Zumba.**

**La gent del barri ballarà amb nosaltres!!!**

El **dijous 8 de gener a les 17:30h** realitzarem l'**assaig de les coreografies de la ZUMBA** al local de l'Ateneu.

Cal fer la inscripció **abans del 16 de gener** a la secretaria del centre o al correu electrònic ateneudivers@ateneudivers.cat

# GESTIÓ EMOCIONAL I DE CONFLICTES

## DIVENDRES **9 DE GENER** A LES **17:30H**

Al **local de l'Ateneu Divers**

**En Robert i l'equip d'Espai Diàleg us esperen.**

Us conviden a participar en una **nova sessió**.

És un moment per **trobar-nos i compartir.**

**VINE I PARTICIPA!**

Cal fer la inscripció **abans del 8 de gener** a la secretaria del centre o al correu electrònic ateneudivers@ateneudivers.cat

Cal fer la inscripció abans del **15 de gener** a la secretaria del centre o al correu electrònic ateneudivers@ateneudivers.cat

# GRUP DE DONES

Al **local de l'Ateneu Divers**

**Activitat gratuïta!**

## DIVENDRES **16 DE GENER** A LES **18:00H**

Farem un **taller de musicoteràpia**.

Crearem un **espai segur i tranquil**.

En el taller podràs:

- Connectar amb el **cos**.
- Escoltar i crear **sons**.

No cal tenir experiència.

Només cal tenir **ganes de participar** i **deixar-se portar**.

**VINE I GAUDEIX DEL SO I DEL MOMENT!**

# GRUP DE MASCULINITATS ALTERNATIVES

## DIVENDRES **23 DE GENER** A LES **18:00H**

Cal fer la inscripció abans del **22 de gener** a la secretaria del centre o al correu electrònic ateneudivers@ateneudivers.cat

**Al local de l'Ateneu Divers**

Treballarem les nostres masculinitats a través del debat i el pensament crític.

# COMISSIONS

## COMISSIÓ FEM NOSTRA LA CIUTAT

**Dissabte 17 de gener a les 10:30h**

Visitarem l'expo "*100: Cent anys de metro*" del Palau Robert de Barcelona.

**Quedarem al <M> Diagonal, sortida Passeig de gràcia/diagonal a les 10:30h.**

**PREU: Activitat gratuïta**

Cal fer la inscripció abans del **15 de gener** a la secretaria del centre o al correu electrònic ateneudivers@ateneudivers.cat

# PROJECTE ACTIVA'T

Aquest projecte està pensat per aquelles persones que vulguin **aprendre a anar al gimnàs** però els hi falta un impuls per guanyar seguretat personal.

Podràs aprendre les següents rutines:

- Com accedir al gimnàs.
- Com assistir a les diferents. classes, canviar-te al vestidor, etc.
- Realitzar diferents modalitats esportives.

Tot això ho podràs aprendre en aquesta activitat!

**Activitat gratuïta!**

T'hi esperem! Hi ha dos horaris:

- **Dimarts de 17:30h a 19h al CEM Sardenya.**
- **Dimecres de 18:00h a 19:30h al CEM Sardenya.**

Un cop hagis fet la inscripció, et donarem tots els detalls sobre el lloc i l'hora de trobada i què cal portar.

# ENTRE SETMANA

## NOVES TECNOLOGIES

Markos Moya

**Dilluns de 17:30h a 18:30h al local de l'Ateneu Divers.**

## REBOSTERIA

Júlia López

**Dilluns de 17:30h a 19:30h al local de l'Ateneu Divers.**

## KARAOKE

Markos Moya

**Dimarts de 17:00h a 19:30h al local de l'Ateneu Divers.**

## ESPAI PEÇA CLAU

Mercè Clarós

**Dimecres de 17:30h a 19:00h al local de l'Ateneu Divers.**

# ENTRE SETMANA

## TRENCA'T EL CAP/ CONTROL DE L'€URO

Markos Moya

**Dimecres de 17:30h a 18:30h al local de l'Ateneu Divers.**

## XAT D'INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL

Markos Moya

**Dimecres de 18:30h a 19:30h al local de l'Ateneu Divers.**

## CAMPANYES SOLIDÀRIES

Gemma Marquina

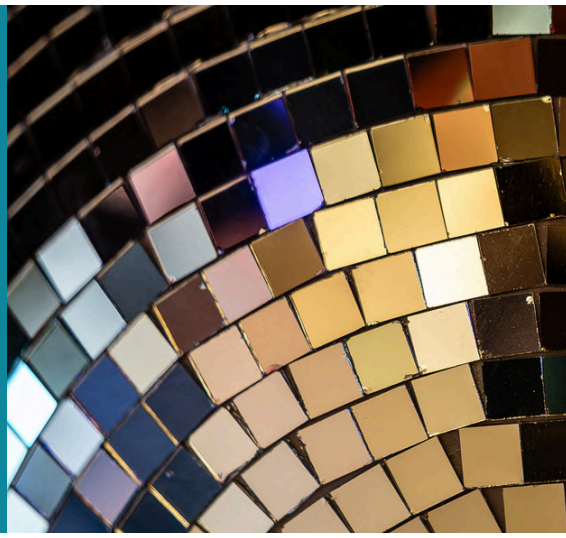
**Dimecres de 17:00h a 19:30h al local de l'Ateneu Divers.**

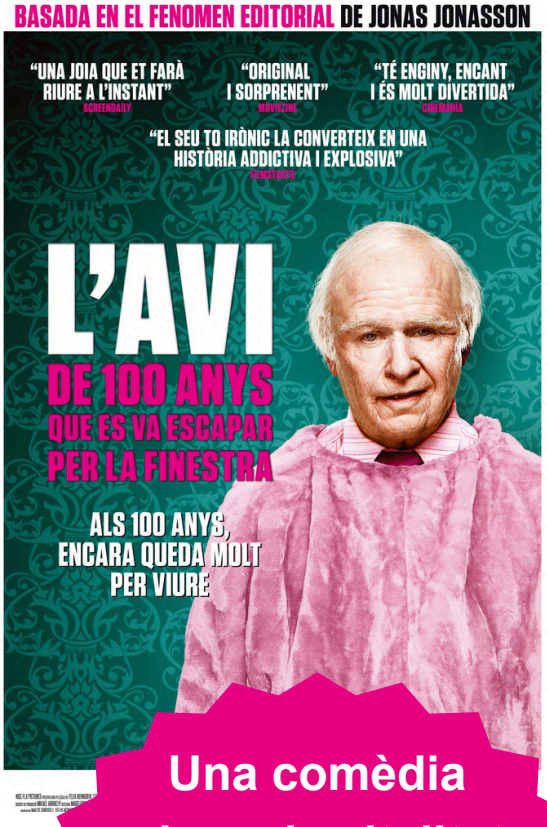
# CAP DE SETMANA

## DISSABTE DISCO

**Dissabte 10 de gener a les 18:00h al local de l'Ateneu Divers.**

Cal fer la inscripció abans del **9 de gener** a la secretaria del centre o al correu electrònic ateneudivers@ateneudivers.cat




BASADA EN EL FENOMEN EDITORIAL DE JONAS JONASSON
"UNA JOIA QUE ET FARÀ RIURE A L'INSTANT"
SCREENDAILY
"ORIGINAL I SORPRENENT"
MOVIEZINE
"TÉ ENGINY, ENCANT I ÉS MOLT DIVERTIDA"
CINEMANIA
"EL SEU TO IRÒNIC LA CONVERTEIX EN UNA HISTÒRIA ADDICTIVA I EXPLOSIVA"
FILMSTARTS
L'AVI
DE 100 ANYS
QUE ES VA ESCAPAR PER LA FINESTRA
ALS 100 ANYS, ENCARA QUEDA MOLT PER VIURE

**Una comèdia plena de vitalitat i situacions esbojarrades**

## DIUMENGE CINEMA

**Diumenge 11 de gener a les 18:00h al local de l'Ateneu.**

Veurem la pel·lícula "***L'avi de 100 anys que es va escapar per la finestra***".

Allan Karlsson s'escapa de la residència el dia del seu 100 aniversari. Tot i que no sap on anar, deixa plantats l'alcalde i la premsa i es llança a l'aventura. No està disposat a renunciar al plaer de viure tan fàcilment.

Cal fer la inscripció abans del **9 de gener** a la secretaria del centre o al correu electrònic ateneudivers@ateneudivers.cat

# CAP DE SETMANA

## DISSABTE CASINET

**Dissabte 17 de gener a les 18:00h al local de l'Ateneu Divers.**

Cal fer la inscripció abans del **16 de gener** a la secretaria del centre o al correu electrònic ateneudivers@ateneudivers.cat

## DISSABTE OBERT

**Dissabte 24 de gener a les 18:00h al local de l'Ateneu.**

Cal fer la inscripció abans del **22 de gener** a la secretaria del centre o al correu electrònic ateneudivers@ateneudivers.cat

# CAP DE SETMANA

## MERCATS I TIBERIS

**Diumenge 1 de febrer a les 10:30h**

Quedarem fora de la **parada de <M> Jaume I (sortida Plaça de l'Àngel).**

Esmorzarem cereals al **FLAKKO BCN.**

**Porteu diners** per si voleu prendre alguna cosa.

Cal fer la inscripció abans del **8 de gener** a la secretaria del centre o al correu electrònic ateneudivers@ateneudivers.cat

# TALLERS I CURSOS

(NO INCLOSOS EN LA QUOTA DE SOCI/SÒCIA)

Els tallers duren **7 mesos**, de gener a juliol del 2026.
Cal **inscriure's** a la secretaria del centre o al correu electrònic ateneudivers@ateneudivers.cat
Si una persona s'inscriu **quan el taller ja ha començat**, només haurà de **pagar el temps que falta** per acabar el taller.

## COMPANYIA DE TEATRE CALIUDOSCOPI

**Dilluns 12, 19 i 26 de gener de 17:00h a 18:00h al local de l'Ateneu Divers.**

**Grup mínim:** 5 persones.

Treballaràs diferents aspectes, com ara:

- El **moviment del cos.**
- La **veu**: com parlem i com entonem.
- La **interpretació de textos.**

Mitjançant la dramatització, compartim idees, sentiments i experiències.

**Preu: 30€** Tot el taller (de gener a juny).
(Es passarà un rebut bancari per aquest import)

## TALLER DE COACHING EN ECONOMIA DOMÈSTICA

**Dimarts a les 18:30h al local de l'Ateneu Divers.**

**Grup mínim:** 5 persones.

**Preu: 42€** Tot el taller (de gener a juliol).
(Es passarà un rebut bancari per aquest import)

Un taller per **aprendre a portar millor els teus diners**:

- Controlar els teus ingressos i despeses.
- Entendre idees bàsiques per organitzar els teus diners.
- Pensar si el preu de les coses és just o no.

# TALLERS I CURSOS

(NO INCLOSOS EN LA QUOTA DE SOCI/SÒCIA)

Els tallers duren **7 mesos**, de gener a juliol del 2026.
Cal **inscriure's** a la secretaria del centre o al correu electrònic ateneudivers@ateneudivers.cat
Si una persona s'inscriu **quan el taller ja ha començat**, només haurà de **pagar el temps que falta** per acabar el taller.

## ESPAI CULINARI

**Dijous 8 de gener a les 18:30h al local de l'Ateneu Divers.**

**Grup mínim:** 5 persones.

Serà un **espai per cuinar i experimentar** amb diferents propostes gastronòmiques.

A cada sessió farem una **proposta diferent**.

La proposta pot ser **dolça o salada**.

**Preu: 42€** Tot el taller (de gener a juliol).
(Es passarà un rebut bancari per aquest import)

## LA VEU DE L'ATENEU

**Dissabte 10 i 17 de gener de 17:00h a 18:00h al local de l'Ateneu Divers.**

**Grup mínim:** 5 persones.

**Preu: 42€** Tot el taller (de gener a juliol).
(Es passarà un rebut bancari per aquest import)

Cantem **junts en grup**, amb cançons senzilles.
No cal experiència prèvia.
L'objectiu és **gaudir de la música i compartir una bona estona**.

# GENER 2026

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES | DISSABTE | DIUMENGE |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 1 **FESTIU** | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 **FESTIU** | 7 CAP + EURO CURS IA ACTIVA'T CAMPANYES PEÇA CLAU | 8 ASSAIG ZUMBA INCLUSIU *ESPAI CULINARI* | 9 GESTIÓ EMOCIONAL | 10 *CORAL* DISSABTE DISCO | 11 *ASSAIG TEATRE* DIUMENGE CINEMA |
| 12 *TEATRE* NOVES TIC REBOSTERIA | 13 KARAOKE ACTIVA'T *COACHING* | 14 CAP + EURO CURS IA ACTIVA'T CAMPANYES PEÇA CLAU | 15 DIJOUS CABARET | 16 GRUP DE DONES | 17 FEM NOSTRA LA CIUTAT *CORAL* DISSABTE CASINET | 18 *ASSAIG TEATRE* |
| 19 *TEATRE* NOVES TIC REBOSTERIA | 20 KARAOKE ACTIVA'T *COACHING* | 21 CAP + EURO CURS IA ACTIVA'T CAMPANYES PEÇA CLAU | 22 DIJOUS MASTERCLASS | 23 MASCULINITATS ALTERNATIVES | 24 ZUMBA INCLUSIU DISSABTE OBERT | 25 |
| 26 *TEATRE* NOVES TIC REBOSTERIA | 27 KARAOKE ACTIVA'T *COACHING* | 28 CAP + EURO CURS IA ACTIVA'T CAMPANYES PEÇA CLAU | 29 RÀDIO CALIU | 30 PER FI ÉS DIVENDRES | 31 ESTRENA EL PETIT PRÍNCEP | 1 MERCATS I TIBERIS |

**GENER 2026**

@ateneudivers